

УДК 791-051  
ББК 85.37п  
С16

Редактор Ирина Сисейкина

**Салахиева-Талал Т.**

С16 Уйти нельзя остаться. Кризисы, выгорание, смыслы и ресурсы в кинопрофессии / Татьяна Салахиева-Талал, Юлия Лукшина, Дина Дзираева. — М. : Альпина нон-фикшн, 2021. — 426 с.

ISBN 978-5-00139-368-9

Авторы книги — люди, чья жизнь тесно связана с кинематографом, поэтому дилемма, описанная словами «уйти нельзя остаться», для них и предмет профессионального интереса, и часть их собственного существования. Книга открывается 20 реальными историями, рассказанными известными и начинающими представителями творческих профессий в кино — режиссерами, сценаристами, продюсерами, редакторами, операторами, режиссерами монтажа и др. Все истории разные и весьма откровенные: о подводных камнях в кинопрофессии, тупиках и моментах отчаяния, когда опускаются руки, и о том, какие опоры позволяют пережить темное время и двигаться дальше. Опыт проживания кризисов и личные стратегии выхода из них по-своему бесценны и дают читателю возможность сделать важные для себя выводы. Вторая часть книги включает подробный анализ динамики психологических состояний человека, работающего в кино: от растерянности и восторга новичка до глубокого кризиса опытного и признанного мастера. Творческое выгорание, травмирующий опыт неудач, отсутствие признания в контексте киноиндустрии с ее спецификой — все это повод поставить точку после слова «уйти».

Наконец, в третьей части авторы дают читателям те ответы, ради которых, помимо прочего, и стоит прочитать эту книгу всем, кто хочет остаться в профессии или пока только задумывается о карьере в кино или иной творческой сфере.

УДК 791-051  
ББК 85.37п

*Все права защищены. Никакая часть этой книги не может быть воспроизведена в какой бы то ни было форме и какими бы то ни было средствами, включая размещение в сети интернет и в корпоративных сетях, а также запись в память ЭВМ для частного или публичного использования, без письменного разрешения владельца авторских прав. По вопросу организации доступа к электронной библиотеке издательства обращайтесь по адресу [mylib@alpin.ru](mailto:mylib@alpin.ru)*

ISBN 978-5-00139-368-9

© Салахиева-Талал Т., Лукшина Ю., Дзираева Д., 2020  
© ООО «Альпина нон-фикшн», 2021

# СОДЕРЖАНИЕ

Вступительное слово .....	7
---------------------------	---

## ЧАСТЬ I. УЙТИ НЕЛЬЗЯ ОСТАТЬСЯ

Глава 1. Истории.....	11
-----------------------	----

История 1 .....	13
-----------------	----

*Ольга Городецкая, режиссер, сценарист*

История 2.....	29
----------------	----

*Алексей Поярков, сценарист, драматург, режиссер*

История 3.....	36
----------------	----

*Жора Крыжовников (Андрей Першин), режиссер,  
сценарист*

История 4 .....	48
-----------------	----

*Дина Дзираева, сценарист*

История 5.....	60
----------------	----

*Владислав Пастернак, продюсер*

История 6.....	68
----------------	----

*Тамара Бочарова, режиссер, сценарист*

История 7.....	77
----------------	----

*Игорь Поплаухин, режиссер*

История 8.....	87
----------------	----

*Елена Жукова, художник-постановщик*

История 9.....	94
----------------	----

*Юрий Быков, режиссер, сценарист, актер*

История 10 .....	102
<i>Юлия Лукишина, сценарист, писатель, преподаватель</i>	
История 11 .....	113
<i>Елена Иванова, оператор</i>	
История 12 .....	119
<i>Роман Кантор, сценарист, продюсер, шоураннер</i>	
История 13.....	134
<i>Дмитрий Грибанов, оператор, режиссер</i>	
История 14 .....	141
<i>Мария Сергеенкова, режиссер монтажа</i>	
История 15.....	151
<i>Александр Талал, сценарист, писатель, куратор сценарного факультета в Московской школе кино</i>	
История 16 .....	169
<i>Исмаил Сафарали, режиссер, сценарист, продюсер</i>	
История 17 .....	179
<i>Елена Лазарева, редактор</i>	
История 18 .....	190
<i>Александр Молчанов, сценарист, преподаватель, создатель первой российской онлайн-киношколы</i>	
История 19 .....	196
<i>Дмитрий Мамулия, режиссер, художественный руководитель Московской и Санкт-Петербургской школ нового кино</i>	
История 20 .....	208
<i>Юлия Идлис, сценарист</i>	

## ЧАСТЬ II. УЙТИ. НЕЛЬЗЯ ОСТАТЬСЯ

### Глава 2. Подводные камни киноиндустрии ..... 223

- 2.1. Вызовы фриланса: кинематографист  
как самонаводящаяся боеголовка ..... 223
- 2.2. Мифы киноиндустрии ..... 245
- 2.3. Здравствуй, лист и монитор: писательские  
вызовы и как с ними жить .....261

### Глава 3. Психологические феномены кинопрофессий .....287

- 3.1. Слияние с/поглощенность профессией ..... 287
- 3.2. Стыд, страх оценки и нарциссические качели .. 297
- 3.3. Власть и бессилие .....314
- 3.4. Тупики и кризисы: возрождение через  
умирание ..... 324

### Глава 4. Сложности на разных этапах карьеры.....339

- 4.1. Начало пути .....339
- 4.2. Середина карьеры: перефокусировка .....359
- 4.3. Эмоциональное выгорание ..... 371

## ЧАСТЬ III. УЙТИ НЕЛЬЗЯ. ОСТАТЬСЯ

### Глава 5. Ресурсы и смыслы кинопрофессий..... 391

- 5.1. Профилактика эмоционального выгорания ....392
- 5.2. Полезная практика ..... 411

### Примечания ..... 423